

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi adalah ukuran mengenai keadaan tubuh seseorang, yang dapat dilihat dari asupan makan dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh (Almatsier, 2010). Penentuan status gizi seseorang dapat dilakukan dengan cara penilaian status gizi secara langsung yaitu dengan pengukuran antropometri, klinis, biokimia dan biofisik kemudian untuk yang tidak langsung yakni dengan cara survei konsumsi makanan, statistik vital dan faktor ekologi (Supariasa, 2012).

Terdapat 3 penilaian status gizi, yakni status gizi baik terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, dan perkembangan otak kemudian untuk status gizi kurang akan terjadi ketika seseorang kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi ketika seseorang memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan, sehingga menimbulkan efek membahayakan bagi tubuh (Noviyanti dan Marfuah, 2017).

Data Nasional mengenai status gizi pada remaja umur 16-18 tahun sebesar 9,4% (1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus) (Depkes, 2013). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Surakarta tahun 2018 diketahui bahwa dari 17 Kecamatan di Kota Surakarta terdapat salah satu kecamatan yang memiliki data status gizi sangat kurus dan kurus paling tinggi yaitu di Puskesmas Pajang (23,9%). Dari 3 SMK yang dilakukan skrining di Kecamatan Pajang ada salah 1 SMK yang memiliki jumlah siswa dengan status gizi sangat kurus dan kurus paling banyak yaitu di SMK Batik

1 Surakarta sebanyak 83 siswa. Setelah dilakukan studi pendahuluan diketahui bahwa dari 173 siswa terdapat 1,7% siswa dengan status gizi sangat kurus, 34,7% status gizi kurus, 46,8% status gizi normal, 9,2% status gizi gemuk, dan 7,5% status gizi obesitas.

Masalah gizi seperti gizi kurang dan gizi lebih, rentan dialami oleh kelompok remaja. Masalah gizi remaja perlu diperhatikan seiring dengan peningkatan populasi remaja di Indonesia, karena dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi dewasa (Rachmayani, 2018). Kekurangan gizi pada remaja dapat berakibat pada menurunnya daya tubuh sehingga mudah terserang suatu penyakit, selain itu dapat menghambat masa pembentukan otot, penurunan kecerdasan dan produktivitas yang rendah akan mempengaruhi kualitas hidup di masa dewasa (Hasdianah dkk., 2014).

Status gizi dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu dari aktivitas fisik sehari-hari, pengetahuan gizi, asupan energi yang dikonsumsi ataupun dari faktor lingkungan (Serly dkk., 2015). Pengetahuan gizi dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengingat kembali kandungan gizi makanan serta kegunaan zat gizi tersebut dalam tubuh. Menurut Emilia dalam Dwi (2012) pengetahuan gizi ini mencakup proses kognitif yang dibutuhkan untuk menggabungkan informasi gizi dengan perilaku makan, agar struktur pengetahuan yang baik tentang gizi dan kesehatan dapat dikembangkan. Pengetahuan gizi akan menjadikan remaja lebih mengetahui apa yang seharusnya dan tidak seharusnya mereka makan. Semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang, maka akan semakin memperhitungkan jumlah

zat gizi dan jenis bahan makanan yang dipilih untuk dikonsumsi (Setyorini, 2010).

Citra tubuh atau biasa disebut dengan *body image* merupakan keyakinan atau persepsi individu yang dengan sadar mengenai bentuk tubuhnya (Bimantara, 2019). *Body image* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dari status gizi remaja, hal ini juga diperkuat oleh Sada dkk, (2012) yang mengungkapkan bahwa ada hubungan *body image* dengan status gizi. Serly dkk. (2015) mengungkapkan bahwa tidak semua responden yang memiliki *body image* tidak puas terhadap dirinya memiliki status gizi yang baik, tetapi masih banyak responden yang memiliki *body image* negatif dengan status gizi *underweight*, hal ini diperkuat oleh Savitri (2017) yang mengungkapkan bahwa status gizi kurang lebih banyak dialami oleh siswi yang memiliki *body image* negatif (20,0%) dibanding dengan siswi yang memiliki *body image* positif.

Lawler dan Nixon (2011) mengungkapkan bahwa tidak hanya perempuan saja yang mementingkan *body image*, laki-laki juga merasa khawatir akan bentuk tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar ideal atau memiliki keinginan untuk mengubah bentuk/ukuran tubuh yang dimiliki karena laki-laki menyukai badan yang berotot atau *mesomorphic* (bentuk badan seperti binaragawan).

Perkembangan identitas pribadi, sistem nilai moral, etika, harga diri, kesadaran seksualitas masalah psikososial dan persepsi *body image* terjadi ketika masa remaja. *Body image* adalah mengevaluasi tampilan fisik dan akan menghasilkan suatu sikap yang berada pada rentang antara positif atau negatif terhadap fisiknya (Pujawati, 2015). *Body image* positif

mendorong seseorang untuk berperilaku sehat (diet sehat) dan *body image* negatif (ketidakpuasan) ketika seorang melakukan pembatasan makan dan memuntahkan makanan dengan sengaja (Serly, 2015).

Terdapat pula penelitian lain yang menyebutkan bahwa risiko terjadinya gizi berlebih pada remaja putri yang tidak puas dengan ukuran tubuhnya 7,2 kali lebih tinggi dari pada yang merasa puas. Hasil pendahuluan tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Kurniawan dkk (2017) yang menyatakan bahwa sebanyak 78,6% remaja putri dari 100 remaja memiliki pandangan negatif terhadap penampilannya. Hal tersebut mendorong untuk melakukan upaya-upaya tertentu untuk membentuk tubuh, misalnya dengan mengatur pola makan hingga berolahraga. Berdasarkan penjelasan diatas penting untuk melakukan penelitian terkait dengan status gizi. Maka, dari latar belakang masalah tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan *body image* dan pengetahuan gizi dengan status gizi pada remaja di SMK Batik 1 Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut : “Apakah ada hubungan *body image* dan pengetahuan gizi dengan status gizi pada remaja di SMK Batik 1 Surakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *body image* dan pengetahuan gizi dengan status gizi pada remaja di SMK Batik 1 Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan *body image* remaja di SMK Batik 1 Surakarta.
- b. Mendeskripsikan pengetahuan gizi remaja di SMK Batik 1 Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan antara *body image* dengan status gizi di SMK Batik 1 Surakarta.
- d. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada remaja di SMK Batik 1 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Untuk memberikan informasi kepada responden mengenai hubungan *body image* dan pengetahuan gizi dengan status gizi agar dapat mempertahankan status gizi yang normal.

2. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah informasi tentang hubungan *body image* dan pengetahuan gizi dengan status gizi pada remaja di SMK Batik 1 Surakarta.

3. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi maupun literatur mengenai faktor-faktor resikonya sebagai bahan kajian untuk melakukan penelitian selanjutnya.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup materi pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai *body image*, pengetahuan gizi dan status gizi pada remaja.